

ライオンあくび 無料ZOOM説明会

【子育て中の全てのママに今必要なメソッドです！】

子育て中のイライラ、
本当は子どものせいでもあなたのせいでもないのを知っていますか？
それって脳が疲れているんです。
イライラが静まる脳ストレッチをお伝えします！

日時

- 限定15名
- お子さんと一緒に参加OK

5月17日(日) 10:00より約60分程度

こんな事思った事ありますか？

- ・イライラが止まらない
- ・子どもが言うことを聞いてくれない
- ・やりたい事があるのにできない
- ・思い通りに物事が進まない
- ・つい大声で怒鳴ってしまった
- ・ふとした時に涙が出てしまう
- ・ほんの10分でいいから1人の時間が欲しい
- ・子どもはかわいいはずなのに、、、

内容

ライオンあくびとは??
実際に起こった体験談を元に、
イライラが収まる簡単なストレッチをお教えいたします。

この簡単なストレッチを覚えてしまえば、お家にいながら好きな時に好きな場所で行えます。

お手持ちのパソコン・スマホ・タブレットでお気軽にご参加ください！

お問い合わせ・予約

Interbrain Activation Method Association (ライオンあくび)

●アドレス: info_akubi@iam-assoc.jp



はじめまして。
ライオンあくび教室アドバイザーの菅原あずさです。
0歳と3歳の子どもを持つ2児の母です。
私自身、なんで子どもに対してこんなにイライラするんだろうとずっと悩んでいた時期がありました。
そんなとき1日10分のあるストレッチを始めたところイライラが収まったんです。
その方法をお教えいたします！

